

MEAT PLAZA
尾形ここが
自慢!!

県南地方は昔から軍馬の産地として有名ですが、青森県で初めてできた馬肉専門店が、当店です。馬肉は、鉄分が多いため色が変わりやすくその扱いが難しいのですが、当店は直営牧場をもっているため、新鮮な馬の肉を提供できます。人気メニューの「桜鍋」は、味噌は自家製の「こうじ味噌」、辛みとして自家製の青なんばんのしょうゆ漬を入れて食べていただきますが、最後に食べる馬肉の旨みが存分にしみ込んだせんべいもまた絶品です。

また、直営牧場を持っている当店だからこそ提供できる、馬タンやコーネ刺（たてがみ部分）などの珍しいものも味わえます。



● 桜 鍋

メニュー

- ◆桜 鍋（上肉鍋）……………1,050円
 - ◆刺 身
 - 心 臓 刺 ……………420円
 - コ ー ネ 刺（たてがみ部分）……………420円
 - 馬 肉 ュ ッ ケ ……………735円
 - ◆馬 タ ン 塩 焼（要予約）……………525円
 - ◆レバーの味噌炒め……………525円
 - ◆コ ー ス
 - 南 部 コ ー ス ……………2,500円
 - 桜 コ ー ス ……………3,500円
 - 尾 形 コ ー ス ……………5,000円
- など



営業時間

- レストラン部門
10:00~22:00
(21:00ラストオーダー)

定休日

- 1/1

予約の有無

- 団体（10人以上）は要予約

所在地 〒039-1558

青森県三戸郡五戸町字博労町18-1

連絡先 TEL 0178-62-3016

FAX 0178-62-6755

代表者 代表取締役 尾形 良蔵

開業 昭和22年2月22日

案内図



民 宿

はまゆう

ここが
自慢!!

漁師のかたわら民宿を開業して28年。うにやあわびをはじめとれたての魚料理が美味しいと評判です。すぐそばの階上町小舟渡海岸で毎年恒例の「いちご煮まつり」が行われ大勢で賑わいます。伝統料理のいちご煮は地元のうにやあわびがたっぷり入った塩の汁で、青じそのさわやかな香りが美味しい贅沢な汁です。漁師だからとれたてのおいしい旬の魚料理が提供できます。4月から9月まで観光つり船もやっております。7月第4土・日曜日には「いちご煮まつり」が開催されます。



営業時間

- 食堂部 4月～9月営業
11:30～19:00
いちご煮は予約があれば通年で提供します。民宿部は通年営業。

定休日

- 毎週月曜日（食堂部）
民宿部は定休日なし

予約の有無

- いちご煮は10月から3月までは予約が必要です。

いちご煮
メニュー

● 生うに丼いちご煮セット

メニュー一覧

- ◆ 生うに丼いちご煮セット 2,900円
(4月から9月だけ提供)
- ◆ 二色丼 (生うに、あわび) 2,300円
- ◆ 生うに丼 (4月から9月だけ提供) ... 2,100円
- ◆ いちご煮 1,050円
- ◆ 磯定食 4,800円
(アワビ、生うに、いちご煮、魚、ほや)
- ◆ あわび刺身定食 2,700円
- ◆ うにめかぶ丼 1,200円
- ◆ 刺身定食 1,600円

◎ 各種ラーメンや丼類もあります。

所在地 〒039-1201

青森県三戸郡階上町大字道仏字廿一の5の20

連絡先 TEL 0178-89-2374

FAX 0178-89-2374

代表者 平戸タイ

開業 昭和49年

案内図



SAN・SUN
産直ひろばここが
自慢!!

国道4号沿いのSAN・SUN産直ひろば内には、軽食コーナーがあり、テーブルには手づくりの漬物とお茶をサービスとして用意しています。実演販売のひつつみや串もち、おにぎりなどを購入してここで食べられるようにしています。産地直売所では地域の伝統料理のよもぎもちや酒まんじゅう、そば、そばかけ、漬物、凍み豆腐、寒大根などが人気があります。新鮮な素材で本物の味がセールスポイントです。



営業時間

● 9:00~18:00

定休日

● 正月3日間

予約の有無

● 不要

いちおし
メニュー

● ひつつみと串もち

メニュー一覽

- ◆ ひつつみ 300円
- ◆ 串もち 100円
- ◆ 焼きおにぎり 105円

◎漬物はサービスで3種類が毎日替わりでおかわり自由。

◎年4回実施している「三戸の味を楽しむ会」では20人限定で伝統料理メニューを2,000円で楽しめる。メニューは、雑穀めし、煮しめ、山菜料理、豆腐料理、餅類ほか。

所在地 〒039-0141

青森県三戸郡三戸町大字川守田字西張渡30-7

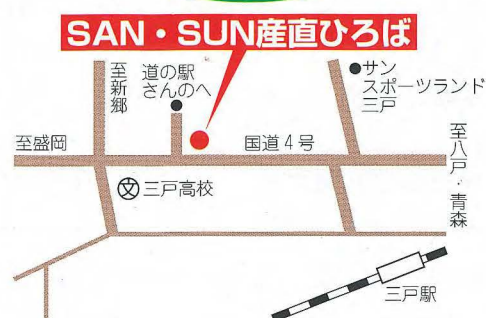
連絡先 TEL 0179-22-3266

FAX 0179-22-3275

代表者 さんのへ農産加工友の会
会長 工藤 哲子

開業 平成6年

案内図



名川町農林漁業体験実習館

チェリウス

ここが
自慢!!

花を食べるという食文化は、東北地方特有のものです。特に青森県一の生産量を誇る名川町の菊「阿房宮」を全品に使った菊づくし料理「菊花繚乱」は、当施設自慢のメニューです。また、期間限定で提供している川ガニ（モクスガニ）を使ったせんべい汁は、ここでしか食べられないものです。

レストランも宿泊施設もどなたでもご利用できますので、ぜひ、お越しください。



● 菊花繚乱

メニュー一覽

宿泊料金（1泊2食付） 7,350円

◆菊花繚乱（菊づくし料理）要予約……3,150円
（刺身、菊まき寿司、天ぷら、和え物、菊漬、マリネ、かぶら蒸し、酢の物、菊せんべい入りせんべい汁鍋）

施設内レストラン「紫陽花」メニュー

◆せんべい鍋定食 ……………1,050円

◆川ガニせんべい鍋定食 ……………1,050円
（10月中旬～2月）

◆フルーツうどん ……………682円
（さくらんぼ麺、季節の果物をトッピング、6月～9月）

◆ながわラーメン ……………630円

営業時間

● レストラン部門
11：00～20：30

● 宿泊部門
チェックイン 16：00
チェックアウト 10：00

定休日

● なし

予約の有無

● 宿泊のみ要予約

所在地 〒039-0501

青森県三戸郡名川町

大字上名久井字大浜民山23-4

連絡先 TEL 0178-76-1001

FAX 0178-76-1006

代表者 名川町長 工藤 祐直

開業 平成7年6月

案内図



そばの里

けやぐ

ここが
自慢!!

「もてなしのそば、かけ」
集落のお祝い事や冠婚葬祭、遠方
からの大事なお客様には必ずと言っ
ていいほど「そば」や「そばかけ」が
振る舞われ、「もてなしのそば・かけ」とし
て大変喜ばれたそうです。

このような食文化である「もてなしのそば・
かけ」や良き風習である「もてなしの心」が
失われつつある中、地元農家のお母さん達が力
を合わせ研究を重ねて再現したのが、けやぐの
「そば・そばかけ」です。お母さんたちの素
朴さが伝わってきます。



営業時間

● 4月～10月 10:00～18:00
11月～3月 10:00～17:00

定休日

● 12月31日～1月3日

予約の有無

● 団体・そば打ち体験は予約が
必要です。

いちおし

メニュー



● そばかけ

メニュー一覧

◆そばかけ	735円
◆冷やしかけ	735円
◆ぶっかけそば	630円
◆ざるそば	630円
◆かけそば	630円
◆月見そば	680円
◆とろろそば	735円
◆鳥めし	160円
◆おっかけ	420円
◆そばもち	105円
◆山菜そば	735円

所在地 〒039-0501

青森県三戸郡名川町大字平字姥懐8-3

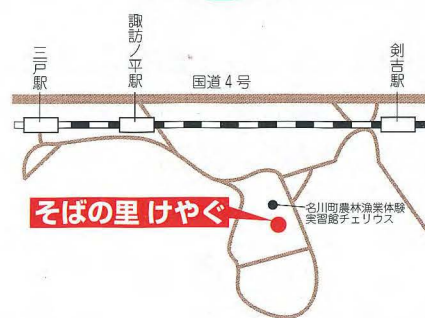
連絡先 TEL 0178-76-1060

代表者 百笑苦楽部

代表者 高橋 ヤナエ

開業 平成14年4月

案内図



手づくり村 鯉艸郷内
鯉 艸 亭

ここが
自慢!!

鯉艸郷の水車で粉を挽き、打ちたて、茹でたての「手打ち水車そば」が自慢です。また、昔からこの地域で食べられているなべこ団子も独特のものです。園内放し飼いの鶏やソバの作付けなど、自前の食材を使い安全で美味しいものを作っています。

鯉艸郷が6月から7月にかけて開催する花菖蒲まつりや芍薬、ルピナスなどの花を楽しみながら、ぜひご賞味ください。



● 手打ち水車そば

メニュー一覽

- ◆手打ち水車そばセット1,500円
(手打ちそば、山菜、漬け物、竹皮とりめし、そばまんじゅう)
- ◆手打ち水車そば800円
- ◆なべこ団子300円
- ◆わっぱとりめし定食1,200円
- ◆冷やしぶっかけそば650円
- ◆そばがゆ300円
- ◆アイスクリーム200円
など



営業時間

- 9:00~17:00
- 6月・7月は毎日
- 5月・8月~10月は土・日・祝日

定休日

- 6月、7月は定休日なし

予約の有無

- 団体のみ必要です。また、5月、8月~10月は平日でも予約により営業可能です。

所在地 〒034-0106

十和田市大字深持字鳥ヶ森2-10

連絡先 TEL 0176-27-2516

FAX 0176-27-2544

代表者 中野渡 廣 美

開業 昭和63年6月

案内図



道の駅奥入瀬「奥入瀬ろまんパーク」

奥入瀬麦酒館

ここが
自慢!!

十和田湖町の特産品「山の芋」を活用したメニューが自慢です。また、冬季限定ですが、今売り出し中のシャモロックをつかった地鶏鍋セット（山の芋すいとん入り）は、濃厚なシャモロックのダシを満喫できる、人気メニューの1つです。

奥入瀬の源流水で仕込まれた地ビールとともに、地元の新鮮な素材を使ったお料理に舌鼓をうちながら、奥入瀬ならではのひとときをお過ごしいただけるよう、お待ち申し上げております。



● 地鶏鍋セット

メニュー一覽

- ◆山の芋ラーメンみそ味840円
- ◆山の芋とろろラーメン840円
- ◆山の芋コロッケ980円
(スープ、ライス付)
- ◆山の芋つくね360円
- ◆地鶏鍋セット (冬季限定)980円
(シャモロック使用・山の芋すいとん入り)

※奥入瀬地ビールとともにご賞味ください。



営業時間

- 5月～10月 11:00～21:00
- 11月～4月 11:00～20:00

定休日

- 年末年始

予約の有無

- 不要

所在地 〒034-0301

青森県上北郡十和田湖町大字奥瀬字堰道39-1

連絡先 TEL 0176-72-3201

FAX 0176-72-3204

代表者 (財)十和田湖町ふるさと活性化公社
理事長 渡部 毅

開業 平成9年7月

案内図



農家のそば店

ばっこいし
婆古石ここが
自慢!!

八甲田連峰の山際にあり、婆古石山の眺めがよく、そば畑が広がる農村風景の中にある築百年の農家をそのまま生かしてそば店にしました。自家生産の100俵の玄そばを、毎朝使う分だけを石臼で挽き、そば打ちしゆでたてをだすので、そばの香りが生きていてとても美味しいと評判。6月いわなを食べる会、7月ホタルを見る会、10月新そばまつりを開催しています。予約制(5人以上から)でそば打ち体験を平日のみ実施しています。平成13年度青森県農業賞(地域活動部門奨励賞)受賞

そば

婆古石



● 盛りそばセット

メニュー一覽

- ◆ 盛りそば (酢物、漬物付き) 600円
- ◆ おにぎり 100円
- ◆ 放し飼いのゆで卵 50円
- ◆ そばチップス 200円
- ◆ 婆古石パン (そば蒸しパン) 200円
- ◆ そばセット 1,000円
(盛りそば、おにぎり、ゆで卵、煮物、酢物、漬物)
- ◆ そばかけ (冬季限定) 600円
- ◆ そば串もち (第2・第4日曜日のみ) 100円

いちおし
メニュー

営業時間

- 土日祭日のみ営業
11:00~15:00

定休日

- 平日休み

予約の有無

- そばセット、そばかけは要予約関係が必要です。

所在地 〒039-2559

青森県上北郡七戸町字山屋123-1

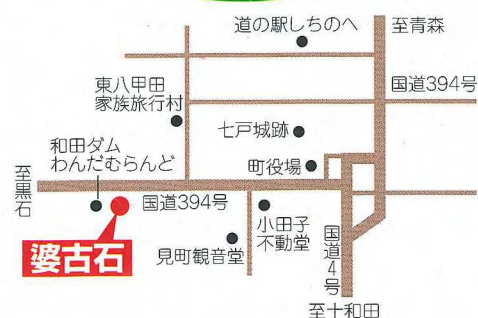
連絡先 TEL 0176-62-3305

FAX 0176-62-3305

代表者 小田チセ

開業 平成10年4月

案内図



道の駅しちのへ「七戸町文化村」
レストラン 絵馬ここが
自慢!!

当該施設は、県内外観光客休憩所の拠点となっており、多くの人に利用されています。地域ならではのものを提供するため、七戸＝馬産地という特徴を活かしたものをメニューに取り入れています。



営業時間

● 10:00～18:00
(7・8月 10:00～20:00)

定休日

● 年末年始

予約の有無

● 絵馬定食のみ 予約必要

いちおし
メニュー

● けいらん

メニュー一覽

◆ 絵馬定食 (要予約) 1,500円
(馬刺し、鍋もの、小鉢2品、漬物)

◆ 馬うま定食 750円

◆ けいらん 400円

※上記以外にもたくさんのメニューがございます

所在地 〒039-2501

青森県上北郡七戸町字荒熊内67-94

連絡先 TEL 0176-62-5777

FAX 0176-62-5779

代表者 (社)七戸町ふるさと振興会
会長 宮沢公生

開業 平成6年4月26日

案内図



道の駅みさわ「斗南藩記念観光村」

食事処 萩の家

ここが
自慢!!

道の駅みさわは、斗南藩記念観光村として三沢市の北西部に位置しており、近くには小川原湖や寺山修司記念館があります。

道の駅みさわ・食事処「萩の家」は会員8名が交代で営業しています。70代のベテラン会員が打つ十割そばが自慢です。だし汁は化学調味料を一切使わず、かつお、こんぶ、しいたけ、人参やねぎなどの野菜をたっぷり使ったそばつゆが好評です。



○すいとん定食

いちおし
メニュー

メニュー一覧

- ◆長いもすいとん300円
- ◆そば定食600円
(手打ちそば、ご飯、漬物、長いもせん切り)
- ◆すいとん定食500円
(長いもすいとん、ご飯、漬物、長いもせん切り)
- ◆焼き味噌おにぎり100円
- ◆炊き込みごはん200円
- ◆そば300円



営業時間

- 10:00~17:00
- 案内所 8:30~17:00

定休日

- 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)
- 12月29日~3月31日
冬期間は閉鎖になります。

予約の有無

- 定員 15名

所在地 〒033-0164

青森県三沢市谷地頭4丁目298-652

連絡先 TEL 0176-59-3306

FAX 0176-59-2711

代表者 駅長 種市 雄一

開業 平成12年10月

案内図



道の駅おがわら湖「湖遊館」
ファーマーレストラン
ポロトピアここが
自慢!!

上北ならではの地域の特色ある食
材をメニューに取り入れています。

小川原湖産のしじみ汁は各定食すべ
てにつきます。また、もくずがにを使ったかに汁
もお勧めです。

毎週土日には、JA八甲田女性部が、そば串
もち、なべっこだんご（季節限定）などを提供
し、好評を得ています。



● わかさぎ天ぷら定食

メニュー一覽

- ◆わかさぎ天ぷら定食（しじみ汁付き）……………980円
- ◆もくずがにラーメン（限定20杯）……………950円
- ◆しじみラーメン……………700円
- ◆エビフライ定食（しじみ汁付き）……………1,000円
- ◆か に 汁……………480円
- ◆小川原湖御膳（予約制）……………2,880円

など

営業時間

- 4月～9月 10:30～18:30
- 10月～3月 10:30～17:30

定休日

- なし

予約の有無

- 団体客はメニューにより
要予約

所在地 〒039-2401

青森県上北郡上北町大字上野字南谷地122

連絡先 TEL 0176-58-1122

FAX 0176-56-2275

代表者 駅長 田 村 強

開 業 平成16年4月1日

案内図



農家レストラン

マリンシャトー

ここが
自慢!!

地元特産のながいもを使った「ながいもすいとん」はつるつると喉越しが良く、だしも効いていて、1杯で満腹になります。

また、小川原湖特産のしじみ貝を使ったしじみ汁や町内産豚肉を使ったとろけるチャーシュー入りのラーメンもあります。ご相談に応じお弁当も作っています。

どのメニューにもお母さんの愛がこもった地元の手作り野菜や特産品を使っているのが自慢です。

いちおし
メニュー

● ながいもすいとん定食

メニュー一覧

- ◆ながいもすいとん350円
- ◆ながいもすいとん定食500円
- ◆しじみ汁200円
- ◆しじみ汁定食500円
- ◆ながいもジュース250円
- ◆ビーフカレー600円
- ◆ラ - メ - ン450円
- ◆弁 当 (予約) など



営業時間

- 平 日 11:30~15:00
- 土日祭日 10:00~15:00

定休日

- 年中無休

予約の有無

- 団体のみ予約が必要です。

所在地 〒039-2401

青森県上北郡上北町大字上野字南谷地271-1

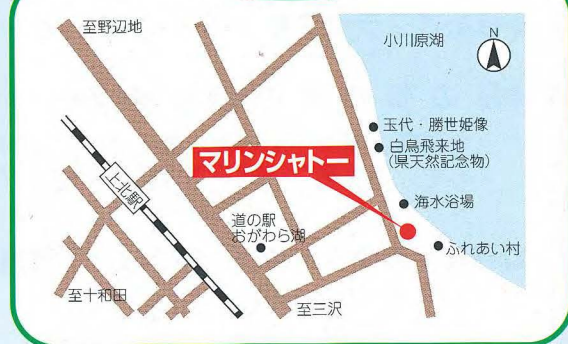
連絡先 TEL 0176-56-5336

代表者 JA八甲田女性部長

小笠原 廣子

開 業 平成11年4月

案内図



道の駅よこはま「菜の花プラザ」

鮮 (せん) 菜

ここが
自慢!!

なまこやほたて等地元産の海産物や菜の花などの野菜を使って、伝統料理をメニューにとりあげて喜ばれています。5月中旬から日本一の菜の花にちなんで開催される「菜の花フェスティバル」でにぎわい、菜の花ドーナツや菜花ほたてコロッケ、地元牧場の牛乳たっぷりのソフトクリームが人気。ナマコのとれる冬期間は3,000円でなまこお膳が食べれる「ナマコを喰らふ会」で菜の花プラザで予約制で実施しています。



● ホタテ鉄板焼定食

メニュー一覧

- ◆ホタテ鉄板焼定食1,000円
- ◆横浜ほたて丼800円
- ◆ほたてフライ定食800円
- ◆昼の松花堂 (団体専用・要予約).....1,000円
(魚料理、煮物、酢の物、あえもの、ごはん、みそ汁、漬物、月替わりで伝統料理等が登場する)

◎各種定食やラーメン、そばなど25種類のメニューがそろっている。



営業時間

- 4月～10月 8:00～20:00
- 11月～3月 9:00～18:00
- レストラン11:00から閉店まで

定休日

- 12月30日から1月3日、
● 火曜日(1月4日から3月31日)

予約の有無

- 不要
- 特別メニューは要予約

所在地 〒039-4134

青森県上北郡横浜町字林ノ脇79-12

連絡先 TEL 0175-78-6687

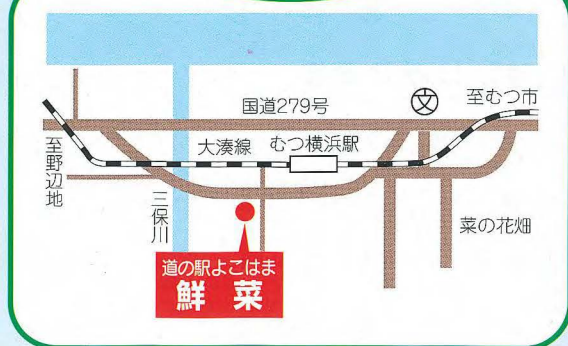
FAX 0175-76-1067

代表者 (株)よこはまロマン創社

代表取締役 野坂 充

開業 平成11年4月

案内図



観光物産館「まさかりプラザ」

食事処 **まさかり****ここが
自慢!!**

下北半島は陸奥湾、日本海、津軽海峡、太平洋の4つの海に面しています。ここで採れた新鮮な魚や海草などを食材に下北の味をお届けします。味噌貝焼きには鰯やまつも、塩辛などが入っていて、下北独特のものです。また、熱い汁のなかに入っている冷たいけいらん（伝統料理）もデザートにおすすめです。



● 味噌貝焼定食

メニュー一覽

◆ 下北半島味めぐり定食 1,260円

(味噌貝焼、いかづくし、鮪づくし、ウニ・あわびなど7種類)

◆ けいらん 350円

◆ まさかり^{てんかいなべ}十海鍋定食 1,050円

(下北半島10市町村の特産魚介類を使用)

営業時間

● 10:00~18:00

定休日

● 4月（ゴールデンウィーク）～10月 無休
● 火曜日（11月～4月）

予約の有無

● 団体の場合のみ

所在地 〒035-0031

青森県むつ市柳町1丁目10-25 まさかりプラザ内

連絡先 TEL 0175-22-8833

FAX 0175-23-1330

代表者 中新 鐵 男**開業** 平成5年4月**案内図**

ふるさと薬膳

あっちゃんのまま

ここが
自慢!!

<あっちゃんのまま>のふるさと薬膳

は、川内町でとれる季節の食材を

使った伝統料理に中国薬膳の「薬食同源」

の考え方で、天然・自然の調味料で美味しく調理した四季の健康増進料理です。

いちおし
メニュー

● 口福五膳

メニュー一覽

◆口福五膳各1,500円
 (料理は春、夏、秋、冬の四季で異なる。肝機能、心機能、胃腸系統、肺系統、腎系統に良い5種類の薬膳)

◆あっちゃんの薬膳カレー (サラダ付)700円

◆川内の幸フライセット800円

◆しょうが焼きセット800円

◆あっちゃんの特製ラーメン500円

◆おしるこ300円

◆冷やし中華 (夏季限定)700円

~~~~夏を除く季節のメニュー~~~~

◇手打ちそば .....500円

◇そばもち 1枚 .....100円

◇すいとん .....300円

◇口福五膳の品川汁、煮和え、煮しめ

## 営業時間

● 11:00~17:00  
 (16:00ラストオーダー)

## 定休日

● 月曜日

## 予約の有無

● なし  
 (5人以上要予約)

所在地 〒039-5201

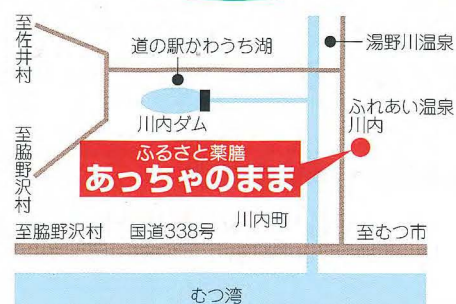
青森県下北郡川内町大字川内字家ノ辺107-4  
 ふれあい温泉川内内

連絡先 TEL 0175-42-5255

代表者 かうち・食と農を考える女性の会  
 代表 橋本 静子

開業 平成13年2月

## 案内図





そば処

田

や

ここが  
自慢!!

東通村産のそばを主に使用した東通村伝統の「十割そば」(そば粉100%)をメインに、地元の旬の素材にこだわった料理を提供してます。県内外の「そば通」が来店し、本物の味に満足して帰っていただいています。当店の自慢は、添加物は全く使用していないということです。また、本来のおいしさを味わっていただきたいため、お勧めの「そば串もち(じゅねだれ)」の持ち帰りはご遠慮いただいています。



## 営業時間

● 11:00~15:00

## 定休日

● 火曜日(祝日の場合は翌日)

## 予約の有無

● 団体客(10人以上)の場合は予約必要



● そば定食

## メニュー一覧

- ◆そば定食 .....1,200円  
(十割そば、天ぷら、五穀飯、小鉢(郷土料理など)、漬物)
- ◆天ざる .....1,000円
- ◆おろしそば .....800円
- ◆かけそば .....600円
- ◆そばけいらん(要予約) .....350円
- ◆そばもち .....1個150円  
(10月~6月まで日曜日のみ)
- ◆そば串餅(じゅねだれ) .....1本150円  
など

所在地 〒035-0005

青森県下北郡東通村大字田屋字林ノ上82

連絡先 TEL 0175-27-3863

FAX 0175-27-2951

代表者 嶋田 涼子

開業 平成14年8月8日

## 案内図

